

Rikkes erfaring

NetSlank.dk har mine varmeste anbefalinger! Hverken mere eller mindre. NetSlank.dk's koncept er intet mindre end genialt.

Man lærer at sammensætte sin kost korrekt, samtidigt med at man har sin vejleder som back up og til feedback. Kontakten øje til øje med et skrivebord imellem har man ikke, men til gengæld har man 24/7 adgang til netslank.dk. Efter at have oplevet et større væggtab, er man ofte ude for det går i stå. Her er netslank.dk også helt genialt. For der tvivles ikke på at man allerede selv har arbejdet hårdt og det er min oplevelse, at de vil gøre alt for at hjælpe en af med de sidste kg. Jeg har i over et år lavet madplaner. Det gør, at økonomien bruges optimalt når det gælder mad. Det om bliver købt ender også med at blive brugt. Samtidig skal der ikke handles særlig ofte. Det princip passer fint ind i min hverdag. NetSlank.dk's koncept hvor det er muligt at lave sine egne planer ud fra vejleders forslag er helt fantastisk efter min overbevisning. Jeg gør det, at jeg taster min madplan ind hos netslank.dk, og bygger dagen op over aftensmaden. I sidste ende så går kalorieindtaget op :-). Ofte så finder jeg en opskrift på NetSlank.dk som passer ind i min madplan og derved bliver det på alle måder endnu nemmere at spise både sundt og uden at skulle tænke for meget over hver eneste måltid – for jeg kan lave alle planer, beregninger og indkøbslister i god tid før de er aktuelle – og blot taste de ændringer ind der måtte opstå. Og jeg kan tilføje at alle tegn på oppustet mave var væk efter 2 dage på diæt efter vejleders anbefalinger. Bortset fra at købe bogen "spis dig gravid" var netslank.dk det bedste jeg har gjort for mig selv :-)
Mvh Rikke Jensen.